

MONTAGE- UND BEDIENUNGSANLEITUNG GALLUS PLUS



10 ft | 12 ft | 14 ft | 16 ft



Črmošnjice 71
8000 Novo mesto
Slowenien

E: info@akrobat.com
T: +386 730 800 60

www.akrobat.com



DE / 1-2026



100 % made
in Europe



2,5 Millionen
Sprünge garantiert



62,7 % sanftere
Sprungdämpfung



1. WARNUNG!

Lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Trampolin aufbauen und verwenden. Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachlesen auf.

Der Eigentümer des Trampolins ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Produkts vollständig über die ordnungsgemäße Verwendung dieses Trampolins und alle Sicherheitsvorkehrungen informiert sind.

Danke, dass Sie sich für ein Akrobat Trampolin entschieden haben!

Ihr Trampolin ist mehr als nur ein weiteres Outdoor-Spielzeug. Es wurde entwickelt, damit alle Familienmitglieder, egal welchen Alters, in den Genuss von Spiel, Spaß und sportlicher Betätigung kommen. Trampoline von Akrobat sind für die Ewigkeit gebaut.

Hergestellt aus hochwertigen europäischen Materialien und als Ergebnis, professioneller Handwerkskunst. Ihr Trampolin wird Sie über viele Jahre hinweg zuverlässig begleiten.

Sicherheit steht an erster Stelle! Damit Sie Ihr Trampolin optimal nutzen und lange daran Freude haben können, lesen Sie bitte diese Montageanleitung und die Sicherheitshinweise gründlich durch, um das Verletzungsrisiko zu verringern.














Das maximale Benutzergewicht bestimmt sich nach der Größe des Trampolins:



10 ft / 305 cm	100 kg / 220 lbs
12 ft / 366 cm	130 kg / 286 lbs
14 ft / 427 cm	130 kg / 286 lbs
16 ft / 480 cm	150 kg / 330 lbs






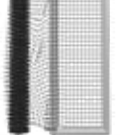







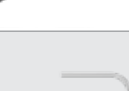
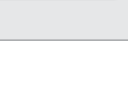
- Das Trampolin darf nur unter Aufsicht und Anleitung eines Erwachsenen benutzt werden.
- Das Trampolin muss von einem Erwachsenen aufgebaut und vor der ersten Benutzung sorgfältig überprüft werden.
- Vergewissern Sie sich, dass das Sicherheitsnetz und die Netzpfeiler ordnungsgemäß und sicher befestigt sind. Tauschen Sie abgenutzte, defekte oder fehlende Teile aus.
- Minderjährige müssen unabhängig von ihrem Trainingsniveau und ihrer Vertrautheit mit dem Trampolin von einem Erwachsenen beaufsichtigt werden. Stellen Sie sicher, dass das Trampolin ohne eine entsprechende Aufsichtsperson nicht zugänglich ist.
- Prüfen Sie das Trampolin vor jeder Benutzung. Die regelmäßige Instandhaltung und Prüfung des Trampolins und der Trampolinteile sind notwendig, um Verletzungen zu vermeiden. Durch ordentliche Wartung und Pflege erhöhen Sie die Haltbarkeit Ihres Trampolins.
- Eine unsachgemäße Verwendung des Trampolins kann zu Verletzungen, Lähmungen oder sogar zum Tod führen.
- Dieses Trampolin ist nur für den Einsatz im Freien vorgesehen.
- Die Tür vor dem Springen immer schließen.
- Nicht geeignet für Kinder unter 3 Jahren – Erstickengefahr durch Kleinteile.
- Tragen Sie Kleidung, die frei von Zugbändern, Haken, Schlaufen oder anderen Teilen ist, die sich bei der Verwendung des Trampolins in der Netzumrandung verfangen könnten. Befestigen Sie nichts an der Netzumrandung, das kein vom Hersteller zugelassenes Zubehör oder Teil des Begrenzungssystems ist.
- Sichern Sie das Trampolin/das Netz ordnungsgemäß, wenn es nicht benutzt wird.
- Schützen Sie es vor unbefugtem Gebrauch.
- Stellen Sie sicher, dass sich weder Kinder noch andere Personen unter dem Trampolin aufhalten.
- Schwangeren wird von der Verwendung des Trampolins abgeraten.
- Verwenden Sie das Trampolin nicht unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder starken Medikamenten.
- Halten Sie das Produkt fern von Wärmequellen und Flammen.
- Schließen Sie vor dem Springen stets die Netzöffnung.
- Das Sprungtuch sollte sauber und trocken gehalten werden. Springen Sie niemals auf einem nassen Sprungtuch, um ein Ausrutschen und Stürzen zu vermeiden.
- Tragen Sie während der Benutzung des Trampolins kein Schuhwerk.
- Während des Springens dürfen keine Lebensmittel, Süßigkeiten oder Kaugummis verzehrt werden.
- Springen Sie in der Mitte des Sprungtuchs.
- Stoppen Sie Sprünge durch Beugen der Knie, sobald die Füße das Sprungtuch berühren. Üben Sie das Abstoppen, bevor Sie weitere Sprünge versuchen.
- Springen Sie nicht vom Trampolin herunter – steigen Sie stets auf und ab. Es ist gefährlich, beim Absteigen vom Trampolin auf den Boden zu springen bzw. beim Aufsteigen auf das Trampolin zu springen. Verwenden Sie das Trampolin nie als Sprungbrett auf andere Objekte. Springen Sie nicht von anderen Objekten, Gebäuden oder Oberflächen aus auf das Trampolin, in oder über die Netzumrandung.
- Springen Sie nicht zu hoch und nicht zu lang am Stück, legen Sie regelmäßige Pausen ein.
- Bleiben Sie auf niedriger Höhe, um Ihre Sprünge zu kontrollieren, und landen Sie immer in der Mitte des Trampolins. Behalten Sie stets die Kontrolle über Ihre Sprünge. Kontrolle ist wichtiger als Sprunghöhe.
- Versuchen und erlauben Sie nicht das Ausführen von Saltos. Stürze auf den Kopf oder Nacken können zu ernsthaften Verletzungen, Lähmungen oder zum Tod führen, selbst wenn Sie in der Mitte des Sprungtuchs landen.
- Das Trampolin darf immer nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden. Kollisionsgefahr: Mehrere Personen erhöhen das Risiko von Kontrollverlusten, die zu schweren Verletzungen führen können.
- Eine unsachgemäße oder missbräuchliche Verwendung des Trampolins ist gefährlich und kann zu ernsthaften Verletzungen führen.
- Legen Sie vor Betreten des Trampolins Schmuck, Brillen und Ähnliches ab. Leeren Sie vor dem Springen Taschen und Hände. Springen Sie stets in der Mitte des Sprungtuchs.
- Setzen Sie sich nicht auf die Randabdeckung und stehen Sie nicht auf dem Rand, während eine andere Person springt.
- Halten Sie Kleinkinder vom Trampolin fern, während es von anderen benutzt wird, da der Rand zu den Seiten hin ausschlagen kann.
- Das Trampolin sollte auf einer ebenen Grasfläche oder einem weichen Untergrund wie Sand oder Rinde aufgestellt werden. Benutzen Sie das Trampolin nicht auf harten Oberflächen wie Asphalt und Beton. Platzieren Sie das Trampolin nicht neben Swimmingpools, Schaukeln, Rutschen, Kletterwänden usw.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht bei Wind oder Sturm. Wenn Sie ein Sicherheitsnetz verwenden, bauen Sie es ab und verstauen Sie es, bis sich die Wetterbedingungen verbessern.
- Entfernen Sie alle festen Gegenstände unter dem Trampolin und um das Trampolin herum.
- Es dürfen sich keine Hindernisse wie Zäune, Dächer, Äste und Zweige, Wäscheleinen, elektrische Kabel und Leitungen usw. in der Nähe des bzw. über dem Trampolin befinden. Sorgen Sie dafür, dass rund um das Trampolin mindestens 2 Meter frei sind.
- Stellen Sie sicher, dass mindestens 6 Meter Freiraum nach oben vorhanden sind.
- Jede am Trampolin vorgenommene Veränderung muss vom Hersteller genehmigt werden.
- Bauen Sie das Trampolin vor einem Transport in umgekehrter Reihenfolge des Zusammenbaus ab. Transportieren Sie es an den gewünschten Ort und bauen Sie es erneut gemäß dieser Anleitung auf.
- Das Typenschild befindet sich auf dem Schutzpolster unter den aufgedruckten Warnhinweisen.
- Die Zufriedenheit und Sicherheit unserer Kunden ist uns wichtig. Prüfen Sie daher bitte regelmäßig unsere Website auf aktuelle Kundeninformationen und alle Trampolinspezifikationen.
- Für weitere Informationen zur Trampolinausstattung kontaktieren Sie bitte den Hersteller oder prüfen unsere Website auf aktuelle Kundeninformationen.
- Das Trampolin ist nach der EN 1176 Norm zertifiziert.

2. TEILELISTE

		Gallus PLUS 10 ft / 305 cm	Gallus PLUS 12 ft / 366 cm	Gallus PLUS 14 ft / 427 cm	Gallus PLUS 16 ft / 480 cm	
Teil A	Rahmenteil ohne Muffe	4 Stk	4 Stk	4 Stk	/	
Teil B	Rahmenteil mit 2 Muffen	3 Stk*	3 Stk*	3 Stk*	/	
Teil B1	Rahmenteil mit T-Stück für Tür	1 Stk**	1 Stk**	1 Stk**	1 Stk**	
Teil B2	Rahmenteil mit Muffe	/	/	/	9 Stk	
Teil C	Standfußverlängerung	8 Stk	8 Stk	8 Stk	10 Stk	
Teil D	Standfuß	4 Stk	4 Stk	4 Stk	5 Stk	
Teil E	Verbindungsstück	/	/	/	10 Stk	
Teil F	Oberes Rahmenteil kurz	7 Stk	7 Stk	7 Stk	9 Stk	
Teil G	Oberes Rahmenteil lang	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil H	Schutzpolster	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil I	Gummispanner für Schutzpolster	16 Stk	16 Stk	16 Stk	20 Stk	
Teil J	Federn	64 Stk	80 Stk	96 Stk	100 Stk	
Teil K	Sprungtuch	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	

* Ihr Paket enthält 4 Rahmenteile B, obwohl Sie nur 3 benötigen. Das zusätzliche Teil ist aufgrund unserer standardisierten Verpackung beigelegt und kann zur Seite gelegt werden.

** Das Rahmenteil B1 befindet sich in der Box mit dem Sicherheitsnetz.

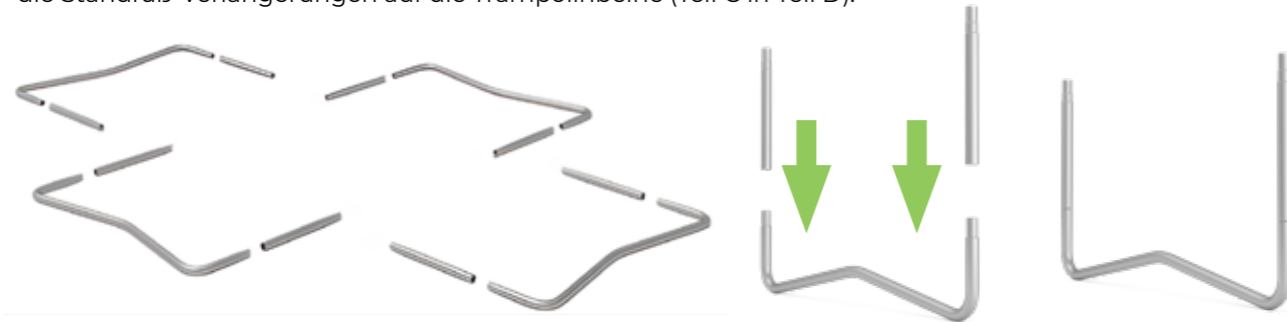
Teil L	Federspanner	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil M	Sicherungsstift für Verlängerungsrohr	/	/	/	10 Stk	
Teil N	Netzpfeosten mit PVC-Hülle	7 Stk	7 Stk	7 Stk	9 Stk	
Teil O	Schraube für Netzpfeosten	9 Stk	9 Stk	9 Stk	11 Stk	
Teil P	Gummispanner für Netz	40 Stk	40 Stk	48 Stk	54 Stk	
Teil Q	Sicherheitsnetz mit Ein- und Ausstieg	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil R	Seil für oberen Teil des Netzes	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil S	PVC Abdeckung für den oberen Ring	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil T	Seil für obere PVC Abdeckung 3mm	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil U	Untere Randschürze aus PVC	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil V	Gummiseil	/	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil W	Fußmatte	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil X	Leiter	1 Stk	1 Stk	1 Stk	1 Stk	
Teil D1	Verankerungs-Kit	2 Stk	2 Stk	2 Stk	2 Stk	
Teil V1	Bodenbefestigungshaken für Schürze	10 Stk	12 Stk	14 Stk	16 Stk	

3. AUFSTELLUNG UND MONTAGE

Wir empfehlen den Aufbau durch mindestens zwei Personen. Tragen Sie Handschuhe, um Ihre Hände während der Montage vor Quetschungs- und scharfkantigen Stellen zu schützen. Üben Sie bei der Montage keine übermäßige Kraft aus, die das Produkt beschädigen könnte.

Zusammenbau des Rahmens

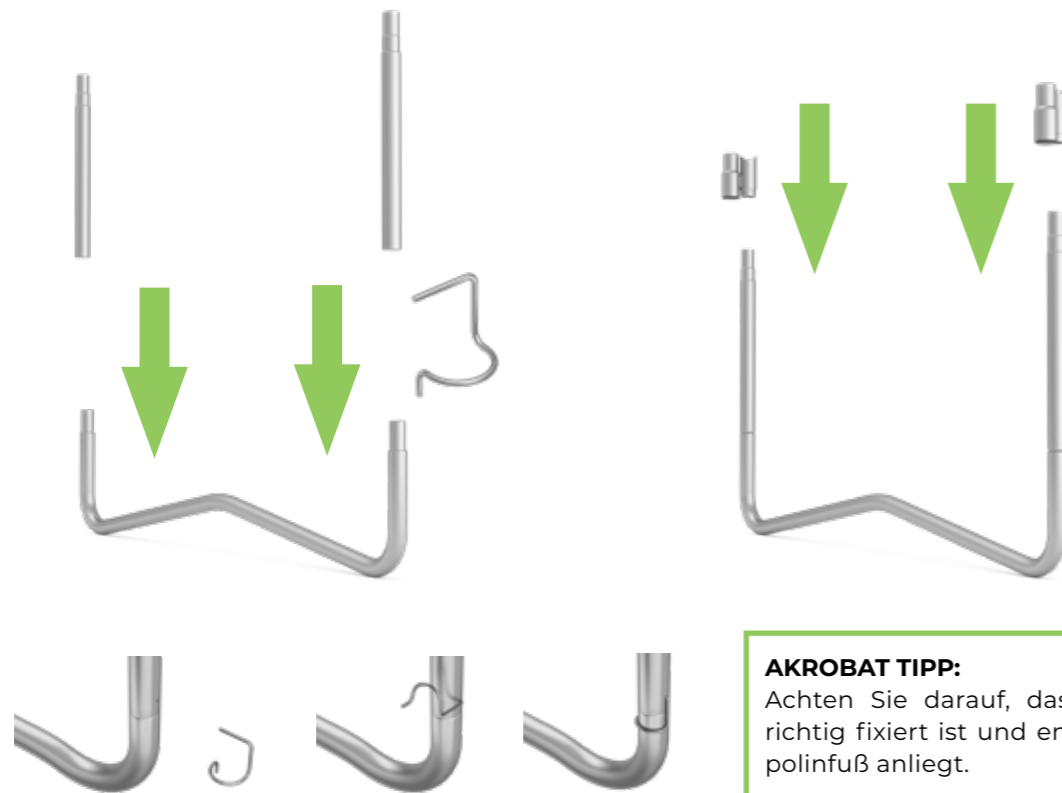
- 1** Legen Sie den Trampolinrahmen flach auf den Boden. So behalten Sie einen besseren Überblick. Setzen Sie die Standfuß-Verlängerungen auf die Trampolinbeine (Teil C in Teil D).



Standfuß-Montageanleitung für 16 ft / 480 cm

- 2** Befestigen Sie die Standfußverlängerungen an den Standfüßen (Teil C in Teil D).
Setzen Sie als nächstes das Verbindungsstück auf die Standfußverlängerung (Teil E und Teil C). Der Teil mit der geschlossenen Unterseite ist die Stelle, an der die Netzpfeile eingesetzt werden. Die Netzpfeile sollten zur **Innenseite** des Rahmens gerichtet werden.

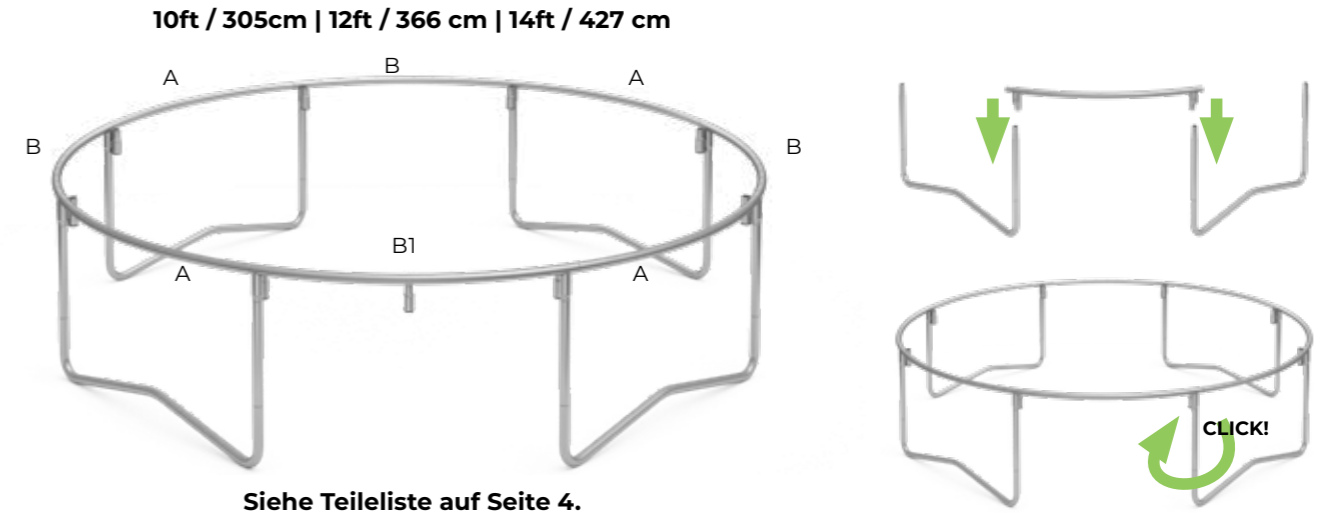
Mit dem Sicherheitsstift (Teil M), das dem Set beiliegt, schließen Sie den unteren Teil der Verlängerung und den Trampolinfuß. Wiederholen Sie den Vorgang an allen Trampolinfüßen.



AKROBAT TIPP:
Achten Sie darauf, dass das Rohr richtig fixiert ist und eng am Trampolinfuß anliegt.

- 3** Anschließend verbinden Sie die Standfüße mit den Rahmenteilen – beginnen Sie mit dem Rahmenteil mit T-Stück (siehe Abbildung).

Stellen Sie sicher, dass die Verbindungstücke zur Innenseite des Rahmens gerichtet sind. Drehen Sie die Standfußverlängerung, bis das AkroClick-System einrastet und eine stabile Verbindung bildet, sodass der Fuß nicht mehr herausrutschen kann.

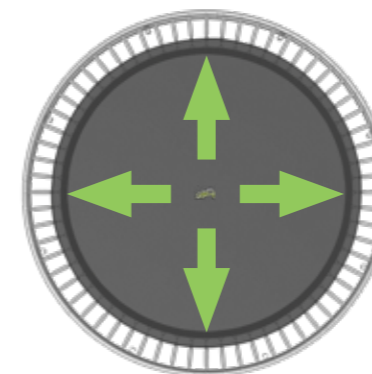


Fahren Sie mit der Montage des Rahmens fort, indem Sie die Rahmenteile mit und ohne Muffen abwechselnd zusammensetzen, bis ein Kreis entsteht.

Wichtig: Die Standfüße können mitunter etwas eng sitzen – das ist so gewollt und dient der zusätzlichen Festigkeit des Trampolins.

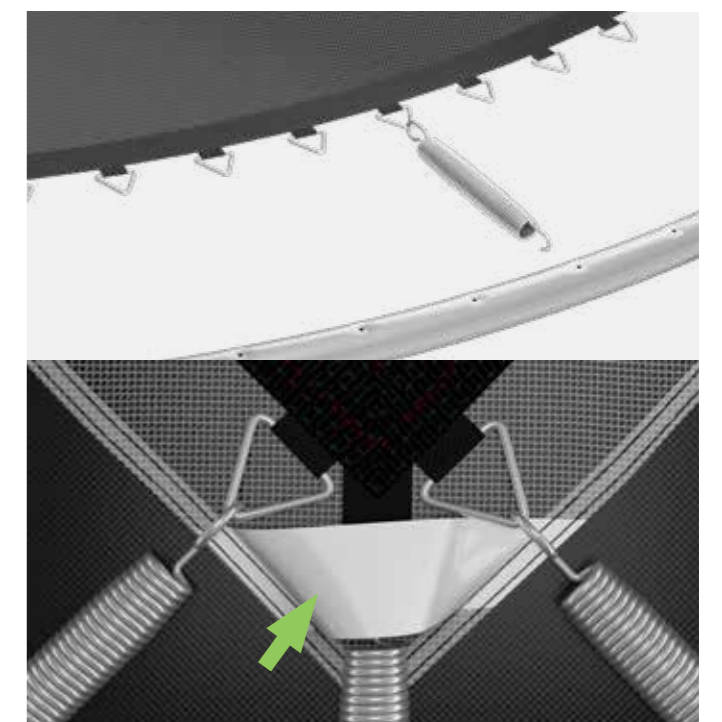
Einsetzen des Sprungtuchs und Anbringen der Federn

- 4** Legen Sie das Sprungtuch flach in den Rahmen. Achten Sie darauf, dass das Logo nach oben zeigt. Um das Anbringen des Sprungtuchs zu erleichtern, suchen Sie die vier sich jeweils gegenüberliegenden Ringe in der 12-, 3-, 6- und 9-Uhr-Position und befestigen Sie zunächst vier Federn an diesen Stellen. Befestigen Sie dann eine Feder an jedem achten Ring, anschließend an jedem vierten und so fort, bis alle Federn befestigt sind. Achten Sie darauf, dass der lange Haken am Rahmen und der kurze Haken am Dreieck der Sprungmatte eingehängt ist. Sie sind sicher, dass alle Federn durch die Schlaufen der Sprungmatte eingehängt sind.



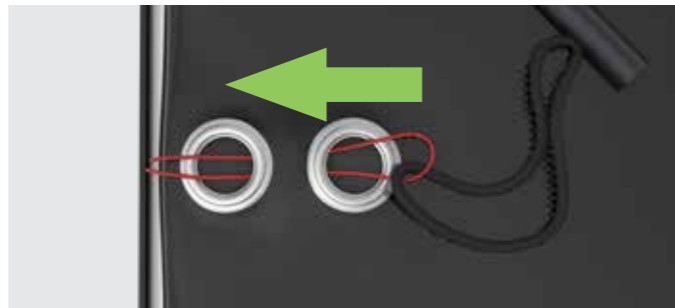
Während des Zusammenbaus wirkt es so, als ob das Sprungtuch nicht passt. Es wird jedoch die richtige Größe annehmen, sobald Sie alle Federn befestigt haben. Das verlangt ein wenig Kraft.

HINWEIS VON AKROBAT:
Das Befestigen der Federn ist nicht einfach, Sie werden etwas Kraft ausüben müssen. Behelfen Sie sich, indem Sie den mitgelieferten Federspanner benutzen, um die Feder in Richtung der Rahmenlöcher zu ziehen. Denken Sie daran, Handschuhe zu tragen!

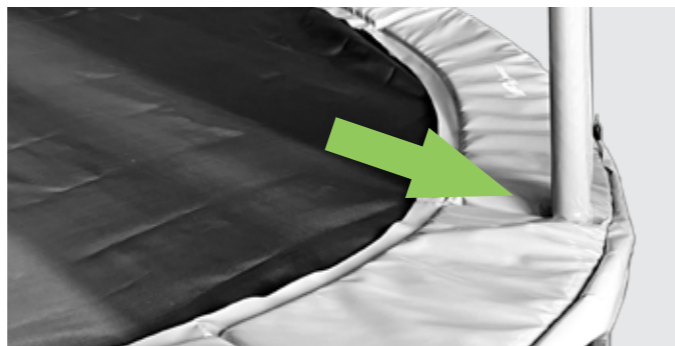


Befestigen des Rahmenpolsters

- 5** Legen Sie das Rahmenpolster so auf das Trampolin, dass die Nahtstellen der Polsterabschnitte mit denen des Rahmens ausgerichtet sind und die Ösen nach oben zeigen. Führen Sie die Gummispanner so durch die Ösen hindurch, dass das Schlaufenende nach außen zeigt und das Knebelende innen liegt.



Drehen Sie das Rahmenpolster um und positionieren Sie es so, dass der Abschnitt mit den zwei kurzen Segmenten mit den 3 Pfosten des Eingangsbereichs zwischen den beiden Beinen übereinstimmt (siehe Schritt 6). Die aufgedruckten Warnhinweise sollten sich auf der rechten Seite der Tür befinden.

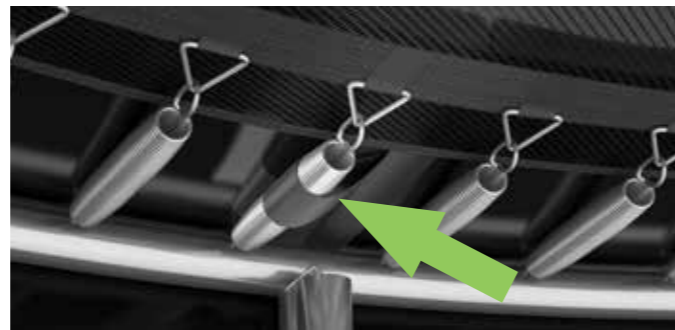


Drehen Sie das Rahmenpolster um und ziehen Sie das Gummiband um den Rahmen herum. Führen Sie den Knebel durch die Schlaufe und drehen Sie den Knebel nach innen, um ihn zu fixieren. Wiederholen Sie diesen Schritt mit allen Gummispannern.



Wichtig: Das Rahmenpolster muss den gesamten Rahmen und alle Federn bedecken.

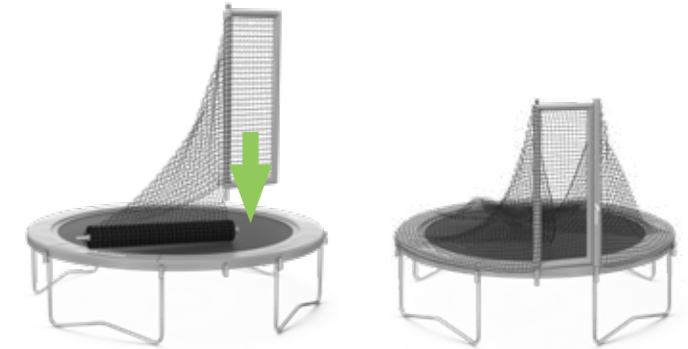
Befestigen Sie das Schutzpolster am Trampolin, indem Sie die Federn in die "Federe Schlaufen" stecken. Diese befinden sich auf der Unterseite des Schutzpolsters, unter jedem Abschnitt. Entfernen Sie eine einzelne Feder unter jeder Schlaufe, schieben Sie sie durch die Schlaufe und befestigen am Rahmen. Wiederholen Sie den Vorgang mit allen Schlaufen. So wird verhindert, dass sich die Vorderseite der Polster anhebt.



Montage des Sicherheitsnetzes

- 6** Beginnen Sie mit dem Zusammenbau des Sicherheitsnetzes, indem Sie die (an der Tür befestigte) Stange in die T-Buchse am Rahmen einführen, die sich mittig zwischen den beiden Beinen befindet.

Setzen Sie den unteren Teil des Ein- und Ausstiegs ein und rollen Sie das Sicherheitsnetz um das Sprungtuch herum ab. Stellen Sie sicher, dass es nicht verdreht wird. Wenn Sie das Netz vollständig abgerollt haben, stecken Sie den letzten Pfosten in die Muffe neben dem Ein- und Ausstieg; schließen Sie den Ein- und Ausstieg vorher von innen.

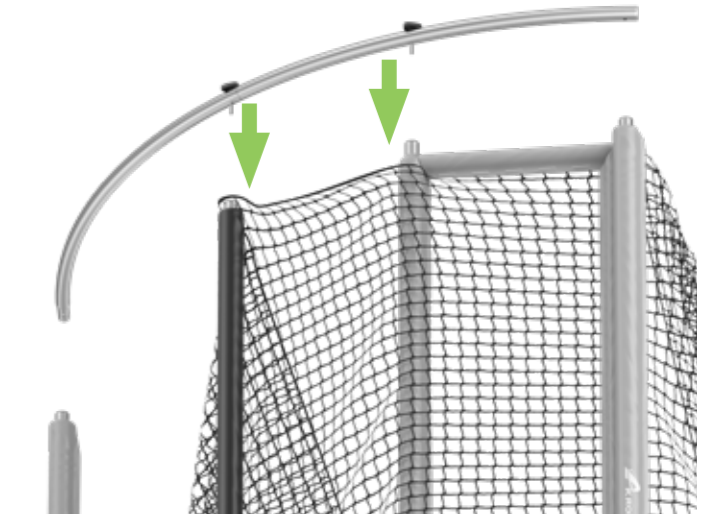


- 7** Fahren Sie fort, indem Sie die Stangen durch den Polsterabschnitt in den Rahmensockel stecken, beachten Sie dass das Netz zur Innenseite des Trampolins, hinter den Stangen, liegen muss.



- 8** Wenn Sie alle Pfosten angebracht haben, beginnen Sie mit der Montage des oberen Rahmens. Nehmen Sie das kürzere obere Rahmenteil mit einem Loch in der Mitte. Dieses Teil muss über die Tür angebracht werden und mit der Verbindungsschraube oben auf dem Netzpfeiler fixiert werden.

Fahren Sie fort, indem Sie zwei obere Rahmentteile aneinander befestigen und dann eine Verbindungsschraube nehmen und sie oben am Netzpfeiler einschrauben.



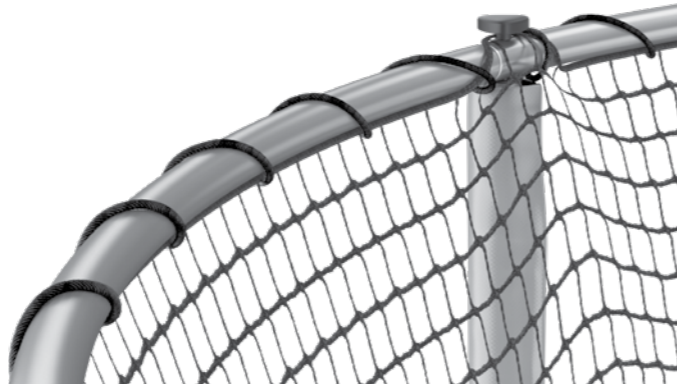
- 9** Am oberen und unteren Rand des Sicherheitsnetzes befinden sich Markierungen, um die korrekte Ausrichtung mit den Stangen sicherzustellen.

Hängen Sie nun die Oberkante des Netzes um die Verbindungsschrauben herum. Halten Sie das Netz dabei genauso straff wie bei der Befestigung des unteren Teils, damit es um den gesamten Rahmen herum reicht.



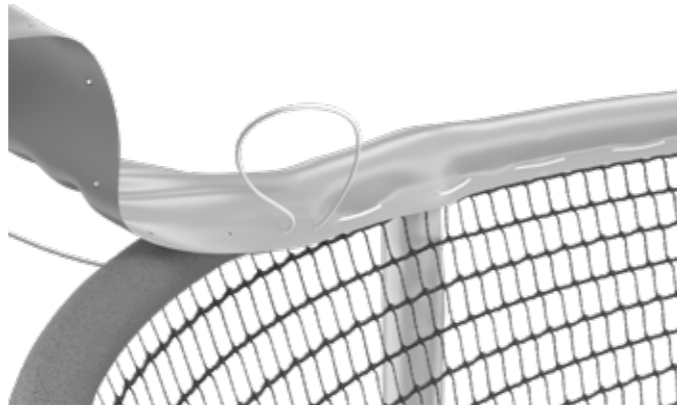
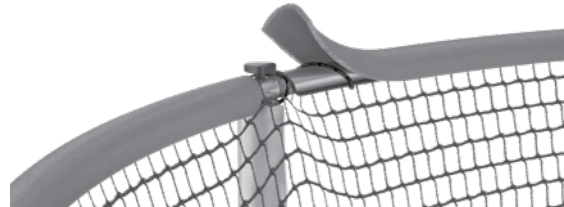
10

Nehmen Sie das grüne Seil und winden Sie es lose um die obere Stange und das Netz herum. Ziehen Sie das Seil durch jede vierte Öffnung in der Oberkante des Netzes. Kehren Sie dann an den Anfang zurück und ziehen Sie das Seil straff, indem Sie es um die Schraube auf dem letzten Netzpfosten herum binden.



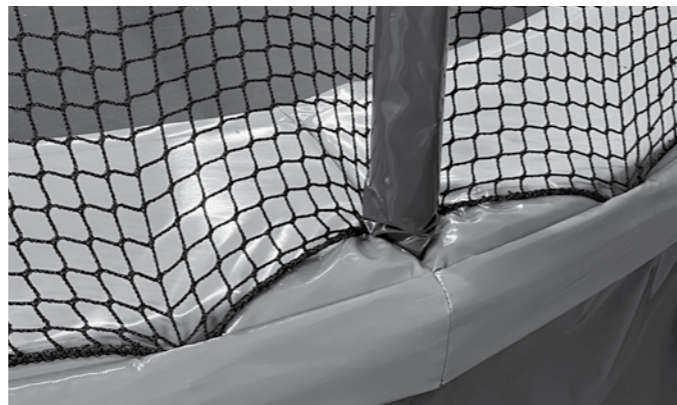
11

Nehmen Sie als Nächstes die PVC-Schürze und legen Sie sie auf den oberen Netzrahmen, so dass ein voller Kreis entsteht. Führen Sie das schwarze 3mm-Seil durch die Ösen und befestigen Sie das Seil um die letzte Schraube.



12

Befestigen Sie schließlich mithilfe der verbleibenden Gummispanner den unteren Rand des Netzes am Rahmen und um die Feder herum.



Befestigung der unteren PVC-Schürze GALLUS

13



Wichtig: Wenn Sie am Ende angekommen sind, ziehen Sie den Anfangsteil der Schürze zurück und überlappen es mit dem doppelten Klettverschluss-Endstück.

Heben Sie den überhängenden Teil des Rahmenpolsters an um die Klettverschlussverbindung freizulegen.

Klappen Sie den oberen Teil der unteren Schürze um und verbinden Sie den Klettverschluss von der Schürze mit dem Klettverschluss am Rahmenpolster. Beginnen Sie an der Tür im Uhrzeigersinn und verbinden Sie den Klettverschluss rundherum das Trampolin. **Achten Sie darauf, dass Sie mit der Einzel-Klettseite der Schürze starten!**

Wenn Sie am Ende angekommen sind, ziehen Sie den Anfangsteil der Schürze zurück und überlappen es mit dem doppelten Klettverschluss-Endstück.

Ziehen Sie den überhängenden Teil des Rahmenpolsters nach unten, um die Installation abzuschließen.

Setzen Sie die Befestigungshaken durch die Ösen auf der Unterseite der PVC-Schürze und befestigen Sie das Gummiseil indem Sie es durch die Ösen und um die Standfüße des Trampolins binden, um verhindern, dass sich die Schürze bewegt.



14

Platzieren Sie die Leiter und die Fußmatte vor dem Ein- und Ausstieg und schon sind Sie startklar!



4. VERANKERUNG DES TRAMPOLINS

Stellen Sie das Trampolin an den endgültigen Standort. Vergewissern Sie sich dass der Bereich frei von unterirdischen Versorgungsleitungen ist (Strom, Gas, Telefon, Wasser, Sprinkleranlage), bevor Sie die Verankerungen anbringen.

Positionieren und installieren Sie den Erdanker in der Mitte des Trampolinfußes so nah wie möglich am Trampolinrohr. Drehen Sie den Erdanker in den Boden bis die Oberseite der Schlaufe auf gleicher Höhe mit dem erhöhten Teil des Beines ist. Wenn der Boden zu hart ist, besprühen Sie ihn leicht mit Wasser um ihn aufzulockern, bevor Sie fortfahren.

Führen Sie den mitgelieferten Gurt durch die Schlaufe des Bodenankers und ziehen Sie ihn fest, um sicherzustellen, dass Ihr Trampolin an Ort und Stelle bleibt und am Boden befestigt ist. Wiederholen Sie den gleichen Vorgang auf dem gegenüberliegenden Bein.

HINWEIS VON AKROBAT:

Die Installation dieses Kits sollte von einem Erwachsenen durchgeführt werden. Wir empfehlen Ihnen, Handschuhe zu tragen.





HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Ihr Akrobat-Trampolin ist nun einsatzbereit. Viel Spaß!

Wenn dies Ihr erstes Trampolin ist, empfehlen wir Ihnen, zunächst die in dieser Anleitung beschriebenen Basissprünge zu lernen.

5. WARTUNG DES TRAMPOLINS

Prüfen Sie Ihr Trampolin vor jeder Saison gründlich – vor allem Rahmen, Rahmenpolster, Federn, Sprungtuch und Sicherheitsnetz. Wir empfehlen zudem regelmäßige Überprüfungen während der Saison. Ansonsten könnten beschädigte Teile übersehen werden, was zu schweren Unfällen oder Verletzungen führen kann.

- Alle Teile sind gut befestigt.
- Alle Federn sind sicher am Rahmen und an den Ringen des Sprungtuchs fixiert.
- Das Trampolin weist keine Beschädigungen auf, wie Risse, Löcher oder scharfkantige, verbogene oder gebrochene Teile. Wenn Sie Schäden feststellen, tauschen Sie die Teile umgehend aus.
- Überprüfen Sie das Sicherheitsnetz und die Pfosten auf potentielle Beschädigungen und tauschen Sie das Sicherheitsnetz alle 5 Jahre aus.

Stellen Sie zum Schutz des Trampolins auch sicher, dass keine Tiere darauf erlaubt sind, da diese sowohl die Rahmenpolsterung als auch das Sprungtuch beschädigen könnten.

Im Fall von beschädigten oder fehlenden Teilen sollte das Trampolin sofort abgebaut und nicht mehr verwendet werden, bis die Defekte behoben oder fehlende Teile ersetzt wurden.

Extreme Witterungseinflüsse können die Materialien des Trampolins angreifen, beachten Sie daher folgende Empfehlungen:

- Bei starkem Wind bauen Sie das Sicherheitsnetz ab und beschweren das Trampolin. Bewahren Sie das Sicherheitsnetz an einem sicheren Ort auf.
- Entfernen Sie das Sprungtuch im Winter, da es unter dem Gewicht von Schnee beschädigt werden kann.
- Schützen Sie das Trampolin vor direkter Hitze, Feuer, Funken und Feuerwerk.
- Schützen Sie Ihr Trampolin vor schweren Regen- und Schneefällen.

Reinigung des Trampolins:

Alle Sprungtücher und Rahmenpolster von Akrobat bestehen aus hochwertigen, haltbaren Materialien und dürfen nicht mit aggressiven Reinigungsprodukten behandelt werden! Die Oberflächen des Trampolins werden am besten mit mildem Seifenwasser gesäubert und anschließend gründlich mit Wasser abgespült.

Denken Sie daran: Das Trampolin sollte nie von mehreren Personen gleichzeitig benutzt werden!

Das maximale Benutzergewicht bestimmt sich nach der Größe des Trampolins:



10 ft / 305 cm	100 kg / 220 lbs
12 ft / 366 cm	130 kg / 286 lbs
14 ft / 427 cm	130 kg / 286 lbs
480 cm	150 kg / 330 lbs

BITTE BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHLESEN AUF.

6. TRAMPOLINZUBEHÖR

Akrobat Wetterabdeckung für Trampoline

Die Akrobat Trampolinabdeckung bietet das ganze Jahr über Schutz vor Schäden durch Witterungseinflüsse und Schmutz und erhöht so die Lebensdauer und Widerstandsfähigkeit Ihres Trampolins – für noch mehr Freuden sprünge. Sie besteht aus UV-resistentem, hochwertigem PVC und ist in allen Größen und Formen der Akrobat-Trampoline verfügbar.



Akrobat Trampolinsocken

Langlebige Trampolinsocken mit hochwertigem Grip garantieren ein hohes Sicherheitsniveau. Das für die Sohlen verwendete Material verhindert mittels Reibung ein Wegrutschen und kann die Unfallwahrscheinlichkeit verringern. Zudem helfen die Socken bei der Eindämmung von Keimen, die übertragen werden können, wenn mehrere Personen das Trampolin barfuß benutzen.



7. SPRUNGANLEITUNG

Lernen Sie zunächst, langsame und kontrollierte Sprünge auszuführen. Das sichere Landen ist eine grundlegende Fähigkeit, die Sie sich gleich zu Beginn aneignen sollten. Andernfalls können Sie sich schwere Verletzungen zuziehen.





Egal, ob Sie selbst springen oder jemanden anweisen: Denken Sie daran, dass ein stabiles Gleichgewicht bei jedem Sprung die Basis für erfolgreiches Trampolinspringen ist.

Das Abstoppen ist genauso wichtig wie das Springen. Das korrekte Abstoppen gehört zu den wichtigsten Sicherheitsmaßnahmen im Trampolinspringen. Wenn ein Springer die Kontrolle über seinen Sprung und/oder sein Gleichgewicht verliert, muss er schnell reagieren, um Verletzungen zu verhindern. Dafür muss man lediglich die Knie beugen, bevor man auf dem Sprungtuch landet. Das ist die sicherste Art, den Sprung abzustoppen und Unfälle zu vermeiden.

Beim Erlernen und Üben der Sprünge sollte bestenfalls eine weitere Person in der Nähe des Trampolins anwesend sein, um bei Bedarf helfen zu können. Trampolinspringen ist körperlich anstrengend und sollte nicht zu lang am Stück durchgeführt werden. Eine erschöpfte Person begeht leicht Fehler beim Springen, wodurch sich das Verletzungsrisiko erhöht.

Hohe Trampolinsprünge gelten als fortgeschrittene Sprünge und dürfen nicht von unerfahrenen Nutzern ausgeführt werden. Die Höhe des Sprungs muss unbedingt dem Erfahrungsniveau des Nutzers entsprechen.

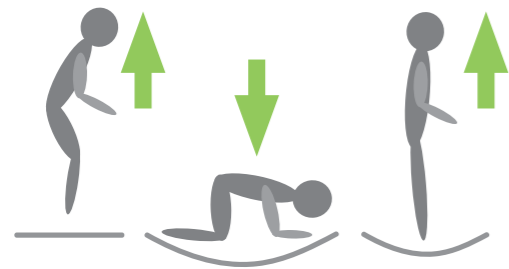
BITTE BEACHTEN:

-  Anfänger sollten die grundlegenden Körperhaltungen lernen und die Basissprünge üben, die in dieser Anleitung beschrieben werden.
-  Um zu lernen, wie man beim Springen das Gleichgewicht hält, stellen Sie sich auf die Mitte des Sprungtuchs und hüpfen Sie leicht auf und ab, um die Bewegung zu kontrollieren. Erhöhen Sie die Intensität schrittweise und kehren Sie mit jedem Sprung in dieselbe Position auf dem Sprungtuch zurück.
-  Konzentrieren Sie sich beim Springen auf das Sprungtuch. Andernfalls können Sie schnell das Gleichgewicht verlieren und stürzen.
-  Führen Sie ohne Aufsicht keine Saltos aus! Saltos dürfen nur von erfahrenen Springern, unter Aufsicht eines Experten und unter Verwendung geeigneter Sicherheitsmaßnahmen vollführt werden.

8. BASISSPRÜNGE

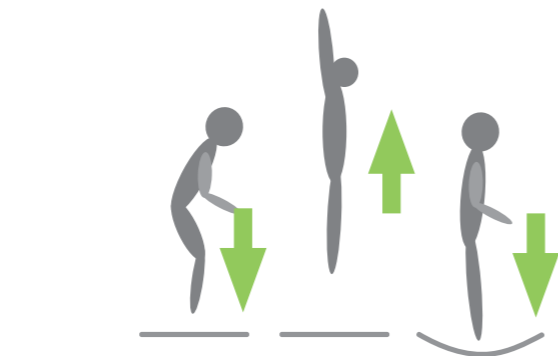
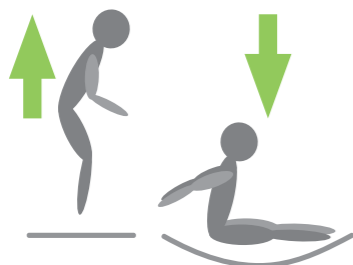
DER HAMPELMANN:

1. Beginnen Sie in stehender Position, die Füße schulterbreit auseinander, den Kopf nach oben und die Augen auf das Sprungtuch gerichtet.
2. Schwingen Sie Ihre Arme vorwärts über Ihren Kopf und mit einer kreisförmigen Bewegung wieder zurück.
3. Bringen Sie Ihre Füße in der Luft zusammen und strecken Sie die Fußspitzen.
4. Landen Sie wieder in der Mitte des Sprungtuchs, die Füße schulterbreit auseinander (d. h., in der Ausgangsposition)



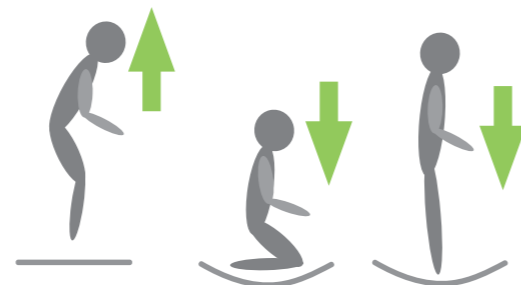
DIE GOTTESANBETERIN:

1. Beginnen Sie mit einem niedrigen Sprung.
2. Landen Sie auf Ihren Knien (schulterbreit auseinander), halten Sie Ihren Rücken gerade und Ihre Arme ausgestreckt, um das Gleichgewicht zu bewahren.
3. Springen Sie zurück in die Ausgangsposition, indem Sie den Schwung mitnehmen und Ihre Arme nach oben strecken.



DER FRONT DROP:

1. Springen Sie zunächst ein paar Mal sanft auf und ab.
2. Springen Sie hoch und landen Sie auf Ihren Händen und Knien.
3. Stoßen Sie sich mit Ihren Händen ab und springen Sie zurück in die aufrechte Position.

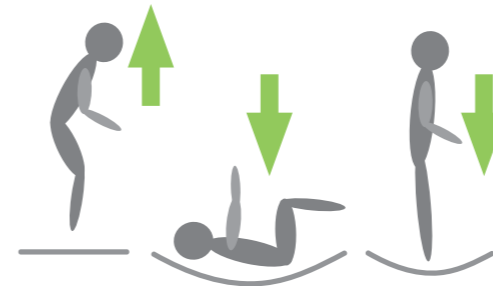


SITZSPRUNG:

1. Beginnen Sie in einer Grundposition. Springen Sie nach oben und visieren Sie die Mitte des Sprungtuchs an.
2. Landen Sie mit nach vorn gestreckten Beinen, Arme beiderseits Ihrer Hüften und mit geradem Rücken.
3. Stoßen Sie sich mit Ihren Händen ab, um in die Ausgangsposition zurückzukehren.

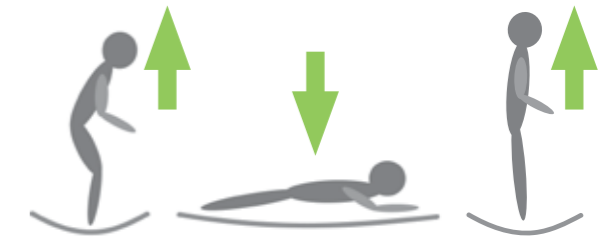
DER BAUCHSPRUNG:

1. Beginnen Sie mit einem sanften, niedrigen Sprung nach oben.
2. Lassen Sie sich auf den Bauch fallen und platzieren Sie Ihre Arme dabei vor sich auf dem Sprungtuch.
3. Stoßen Sie sich ab, um wieder in die Ausgangsposition zu gelangen.



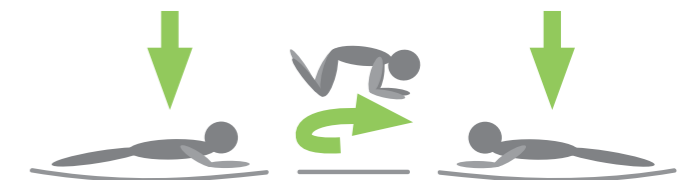
DER WANDERVOGEL:

1. Beginnen Sie in der Front-Drop-Position und stoßen Sie die Arme nach links oder rechts, um sich zu drehen.
2. Drehen Sie Ihren Kopf und Ihre Schultern in die Richtung, in die Ihr Körper sich dreht.
3. Halten Sie Ihren Rücken parallel zum Sprungtuch und den Kopf gerade.
4. Kehren Sie zum Abschluss des Sprungs in die liegende Position zurück, wobei Sie nun in die entgegengesetzte Richtung blicken.



DER RÜCKENSPRUNG:

1. Beginnen Sie mit einem sanften Sprung nach oben.
2. Landen Sie auf Ihrem Rücken, ziehen Sie Ihr Kinn dabei nah an Ihre Brust und beugen Sie die Knie. Ihr Kinn muss nah an Ihrer Brust bleiben, während Sie landen.
3. Drücken Sie Ihre Beine nach vorn, um zurück in die Ausgangsposition zu springen.



DIE FLIEGENDE BALLERINA:

1. Beginnen Sie in sitzender Position.
2. Springen Sie und drehen Sie Ihren Kopf nach links oder rechts und schwingen Sie Ihre Arme in dieselbe Richtung, um sich in der Luft zu drehen.
3. Folgen Sie der Bewegung mit Ihrer Hüfte, um die Drehung zu vollenden.
4. Landen Sie zum Abschluss in der sitzenden Position.

Sie beherrschen nun die Basissprünge und sind bereit, noch höher zu springen!
Aber vergessen Sie nicht, immer die Kontrolle über Ihre Sprünge zu bewahren.

WIR WÜNSCHEN VIEL FREUDE MIT IHREM TRAMPOLIN!

